

Weekly Menu



日曜日	5月4日 (月)					5月5日 (火)					5月6日 (水)					5月7日 (木)					5月8日 (金)					5月9日 (土)					5月10日 (日)				
朝食	ウィンナー 白菜とチャーシューの炒め ご飯・味噌汁					ごぼうのポテトサラダ 春巻 ご飯・味噌汁					トマトスクランブル ベーコン ご飯・味噌汁					和食 おくらのわさび醤油 野菜コロッケ ご飯・味噌汁					和食 サーモンマヨカツ 枝豆コーンソテー ご飯・味噌汁					和食 納豆 ツナとフロッコリーのマカロニサラダ ご飯・味噌汁					和食 ほうれん草と白滝のお浸し フライドチキン ご飯・味噌汁				
	パン 選べる飲料(2種類より1つ) 牛乳 マスカットジュース					パン 選べる飲料(2種類より1つ) 牛乳 ピーチジュース					パン 選べる飲料(2種類より1つ) 牛乳 マスカットジュース					洋食 人參のナムル 野菜コロッケ パン・スープ 選べる飲料(2種類より1つ) 牛乳 ピーチジュース					洋食 ハム&チーズ 枝豆コーンソテー パン・スープ 選べる飲料(2種類より1つ) ジョア マスカットジュース					洋食 目玉焼き ツナとフロッコリーのマカロニサラダ パン・スープ 選べる飲料(2種類より1つ) 牛乳 ピーチジュース					洋食 ニラ玉炒め フライドチキン パン・スープ 選べる飲料(2種類より1つ) 牛乳 マスカットジュース				
栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
和食	795kcal	22.8g	22.1g	131.0g	3.1g	789kcal	18.5g	16.9g	146.1g	2.6g	801kcal	21.4g	28.2g	131.6g	3.0g	790kcal	18.0g	17.7g	146.5g	2.9g	747kcal	18.9g	11.4g	146.6g	2.4g	778kcal	24.2g	16.0g	139.6g	2.0g	811kcal	29.4g	15.1g	147.4g	3.6g
昼食	チキンストロガノフ					鶏もものレモンペッパーグリル					和風ハンバーグの玉長葱塩ソース					A ポークカレー					A 味噌バターコーンラーメン					A メンチカツ&コーンフライ					A ポークソテー粗挽きジンジャーソース				
	春雨の中華和え物					ブチシュー					ポトフ					わかめサラダ					ピーマンの中華和え					炒り豆腐					選べるデザート				
栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
A定食	933kcal	31.1g	23.9g	152.0g	4.4g	758kcal	30.4g	34.1g	85.4g	2.9g	920kcal	26.7g	29.0g	143.3g	5.9g	753kcal	14.9g	14.8g	145.0g	5.6g	1032kcal	28.3g	27.5g	167.8g	10.6g	932kcal	21.0g	28.1g	153.1g	2.7g	808kcal	24.1g	20.9g	132.7g	2.0g
夕食	A チキンの香味揚げ					A 豚ロースのとんてき風					A 鶏肉のチーズピカタ					A チキンのきのこクリームソース					A 鶏の照り焼き					A 揚げ餃子の南蛮ソース					A 豚野菜巻きフライと玉子サラダフライ				
	B 彩り野菜の四川風炒め					B 豚肉と小松菜のオイスターソース炒め					B 肉じゃが					B 肉みそキャベツ					B 肉みそキャベツ					B 鶏肉と野菜のトマト煮込み									
栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
A定食	891kcal	30.0g	23.9g	143.5g	4.0g	839kcal	26.7g	19.9g	139.1g	5.7g	868kcal	33.3g	20.5g	140.9g	3.4g	970kcal	36.6g	24.6g	156.0g	3.8g	813kcal	31.6g	20.5g	129.1g	3.6g	1136kcal	18.8g	47.9g	159.7g	5.1g	946kcal	24.4g	30.0g	148.0g	3.4g

*表示価格は税込です。*食材の都合により、メニューを変更させていただく場合がございます。あらかじめご了承くださいませ。

*朝食は、牛乳を選択した場合の栄養価を表示しております。*昼食・夕食は選べる小鉢2種の平均の栄養価にて、栄養価を算出しております。